

Jueves 5 de junio del 2025 | Año 40 | N° 14.924 Director (e): Carlos Salinas Guerrero

el Popular

www.elpopular.pe

S/1.00 Diario 0.75, Lámina 0.25
VÍA AÉREA: S/1.50 Diario 1.25, Lámina 0.25

AMENAZA A LA POLICÍA TRAS LA CAPTURA DE SU MADRE Y OTROS 26 MIEMBROS DE SU BANDA





- Desde Brasil habría llamado a coronel de la PNP para protestar por detenciones.
- Captura lo habría dejado sin dinero que movía en Perú.
- General Arriola le responde que nadie los amedrenta.

PÁGINA 2

‘EL MONSTRUO’ JURA VENGANZA

¡VAYAN Y GANEN!





Selección viaja hoy a Barranquilla para choque con Colombia. PÁG. 10

“ES AGRESIVO”



Así fue calificado Paolo Guerrero por Pablo Heredia que grabó para EVDLV. PÁG. 7

CRIMINAL HABRÍA RECLAMADO A OFICIAL POR CAPTURA DE SU MADRE

'El Monstruo' AMENAZA a la Policía

✚ General Arriola dice que la PNP no se deja amedrentar y responde: "Vamos a vernos las caras". ✚ Hampón se habría quedado sin recursos, tras mover más de 5 millones de soles.

Carlos Lara Porras





GENERAL ARRIOLA LE RESPONDE A "EL MONSTRUO" Y LE DICE QUE NADIE LE TIENE MIEDO Y QUE YA SE VAN A VER LAS CARAS.

Tras el duro golpe que sufrió 'El Monstruo' -con la captura de 27 personas, entre ellas su madre, su pareja y un policía que era su informante- no se quedó de brazos cruzados y reaccionó inmediatamente desafiando otra vez a la Policía Nacional del Perú (PNP).

La periodista Milagros Leiva reveló que el líder de la banda Los injertos del cono norte, Erick Moreno Hernández, habría llamado desde el extranjero a un coronel de la PNP para amenazarlo directamente.

La comunicadora dio esta información cuando entrevistaba al general PNP Óscar Arriola. "Me dijeron que este criminal llamó directamente a un coronel para amenazarlo", expresó Leiva.

El general Arriola evitó confirmar la amenaza y refirió que la Policía no le teme a 'El Monstruo'. "Nosotros siempre hemos enfrentado el crimen con las más bajas y feroces manifestaciones de gente despiadada que tiene un desprecio por la vida y nadie se rinde, carajo. Nosotros nunca nos vamos a rendir y menos amedrentar por estos muchachos de ahora. Tenemos un paso adelante", acotó.

"Vamos a vernos las caras. Vamos a ver quién está primero y quién pisa primero. Si él menciona la palabra familia por un dolor que él siente, es una responsabilidad de él", acotó.





EL OPERATIVO EN EL QUE MADRE DE MORENO HERNÁNDEZ FUE CAPTURADA.

SE QUEDA SIN RECURSOS

Según la Policía, 'El Monstruo', que se encontraría en Brasil, habría movido más 5 millones de soles para mantenerse económicamente fuera del país y financiar las fechorías de su organización criminal.

Así las cosas, Erick Moreno Hernández se estaría quedando sin recursos por la captura de su brazo financiero, compuesto por su madre Martina Hernández, su pareja Liseth Ruiz Cruz, su cajera Clarén Bado Neyra, así como de otras personas capturadas que hacían transferencias de dinero a Brasil, Bolivia y Paraguay.

El especialista en crimen organizado, Nicolás Zevallos Trigoso, manifestó a Infobae que la captura del brazo financiero de 'El Monstruo' fue un duro golpe. "Golpear su bolsillo es golpear la finalidad de su existencia y operaciones", remarcó.

FUE ACRIBILLADO CERCA DE SU CASA

Asesinan a costurero

KEVINN GARCÍA



RECIBIÓ UN DISPARO EN LA CABEZA.

Un costurero fue asesinado a balazos en la urb. Manco Cápac, segunda etapa, en San Juan de Lurigancho, cuando dos sujetos a bordo de una motocicleta le dispararon a pocos metros de su vivienda.

El ataque ocurrió a las 8:00 a.m., en el jirón Las Esmeraldas, cuando Elías de la Cruz Chávez Escalante, de 47 años, se dirigía a su centro de trabajo.

Según el testimonio de su hermana, Elvis se dirigía al paradero para trasladarse a su centro de trabajo cuando fue interceptado por los dos atacantes que le dispararon en la cabeza. Lamentablemente, deja tres hijos en la orfandad.

Sus familiares desconocen si en los últimos días había recibido amenazas o era víctima de extorsión. (Valeria Tosso)

LADRONES ENTRARON A CASA EN SANTA ANITA

Arrasan con todo en robo



DELINCUENTES SE LLEVARON ARTEFACTOS Y OTROS OBJETOS.

Dos delincuentes ingresaron a una vivienda en Santa Anita y se llevaron electrodomésticos y joyas. El rostro de uno de los malhechores quedó registrado por las cámaras de seguridad.

Los sujetos pasaron desapercibidos entre vecinos del lugar, incluso la pareja se abraza y simula hablar por teléfono, y de pronto ingresan a la casa.

"Se llevaron un televisor, dos laptops, ropa, joyas, perfumes, entre otros objetos de valor", refirió la víctima Harold Málaga.

el Popular
Jueves 5 de junio del 2025
Año 40 | Nº 14.769
Director (i): Carlos Salinas Guerrero
Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A.
Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

DESGRACIA OCURRIÓ EN PROVINCIA DE AMBO EN LA MADRUGADA

Deslizamiento de cerro sepulta 20 casas en Huánuco

✚ No hubo víctimas mortales, pero otras 100 viviendas están en riesgo.

HUÁNUCO. Al menos 20 viviendas quedaron sepultadas tras el deslizamiento del cerro Milagros, en el barrio 30 de Julio, en el sector Ayancocha, provincia de Ambo, región Huánuco.

El evento natural se registró la madrugada de ayer y felizmente no hubo víctimas, pero sí cuantiosos daños materiales.

Ante la emergencia, los pobladores de la zona evacuaron sus viviendas, algunos se resistieron a hacerlo, pero ante la continua caída de rocas tuvieron que abandonar sus casas. Decenas de familias se encuentran en peligro, se informó.

La Oficina Regional de Gestión del Riesgo de Desastres de Huánuco informó que en apoyo a las familias afectadas, el Gobierno Regional Huánuco movilizó personal obrero de los diferentes proyectos, para apoyar en el traslado y recuperación de bienes de las viviendas.

En las labores de emergencia participan también efectivos de la Policía Nacional y miembros del Ejército.

En la zona afectada se hizo presente también el alcalde de Ambo, Leonidas Santiago, quien encabezó la entrega de ayuda humanitaria a las familias damnificadas y afectadas por este deslizamiento.

En diálogo con RPP Noticias, el alcalde de Ambo mencionó que de milagro no se reportaron víctimas, aunque sí se registran daños materiales en predios que "están totalmente inhabitables".



DESLIZAMIENTO OCURRIÓ EN HORAS DE LA MADRUGADA.



En riesgo

Unas 100 viviendas están en riesgo por posibles nuevos deslizamientos. Se convocó a una reunión de emergencia para coordinar evacuaciones.

FUE CAPTURADO TRAS ASALTAR FARMACIA

Ex militar era ladrón



LOZANO YA ESTUVO EN PRISIÓN.

El ex miembro del Ejército, Christopher Lozano Ynuma, fue detenido tras asaltar una conocida cadena de farmacias en el paradero 8 de la av. Canto Grande, en San Juan de Lurigancho.

El ladrón intimidó con un arma a las trabajadoras y en menos de minuto y medio, tomó el dinero de la caja, una laptop, un lector de códigos de barra y varios celulares.

Cuando iba a huir, fue interceptado por agentes policiales que ya le seguían los pasos. Su cómplice que lo esperaba en una mototaxi huyó.

Al ser interrogado, el ex militar que purgó cinco años en el penal de Lurigancho, dijo que robó "por necesidad" y para "comprarle algo a su señora".

EN CORTO



COLOMBIANO MUERE EN COMISARÍA

El colombiano Juan Camilo Rodríguez murió en la comisaría de El Agustino, tras haber sido detenido. El acta señala que Rodríguez se quitó la vida ahorcándose con los pasadores. Su esposa denunció que fue golpeado por la Policía. "Los testigos que estuvieron dicen que lo golpearon mucho y que gritaba pidiendo auxilio", aseguró.



LOS CARROÑAS COBRABAN CUPO A CHOFERES

La Policía capturó a cuatro integrantes de la banda criminal denominada Los carroñas en el cruce de las avenidas Faucett y Venezuela. Una de las integrantes de este grupo delincuencial fingía vender caramelos para cobrar cupo de tres soles a transportistas de El Chosicano. Las víctimas no querían denunciar para evitar recibir represalias de los delincuentes.



AMBOS MENORES PUDIERON HABER SIDO BALEADOS A PROPÓSITO.

ATAQUE OCURRIÓ EN VENTANILLA

Adolescentes terminan heridos en balacera

Dos menores resultaron heridos durante un ataque en inmediaciones del asentamiento Costa Azul, en la calle Peruanidad, en Ventanilla.

Se supo que los adolescentes de 17 años iban a su casa cuando se desató la balacera que, al parecer, iba dirigida hacia ellos. En su intento por ponerse a buen recaudo, fueron alcanzados por los proyectiles.

Los menores fueron trasladados de emergencia al Hospital de Ventanilla, donde reciben atención médica.

Los familiares de los heridos llegaron al nosocomio, pero evitaron dar declaraciones a la prensa.

La Policía halló nueve casquillos de bala.

Los vecinos hicieron un llamado a las autoridades para arreglar las cámaras de seguridad del sector y, además, redoblar la seguridad en esta parte del distrito.

POR SUERTE NO HUBO VÍCTIMAS EN PATIO DE COMIDAS

Cae techo en Plaza Norte

Parte del techo del patio de comidas del centro comercial Plaza Norte se cayó ayer por la tarde. Aunque no se registraron heridos, se ordenó la clausura temporal de la zona afectada.

El equipo de fiscalización de la municipalidad de Independencia acudió al lugar para elaborar un informe sobre el incidente, ocurrido frente a la zona de juegos recreativos Happyland, donde se realizaban trabajos de mantenimiento sin señalización ni cinta de aislamiento, mientras el área seguía habilitada.



DE MILAGRO NO HUBO HERIDOS.

Esta es la segunda caída reportada en el patio de comidas de este centro comercial en lo que va del año. (Valeria Tosso)

UGARTE PRESENTA PROYECTO PARA QUE LOS REOS PERUANOS SEAN LLEVADOS A EL SALVADOR

Presos irían a cárceles de Bukele

✚ Fin es evitar que maleantes sigan dirigiendo bandas de crimininales desde prisiones de Perú.

La congresista Katy Ugarte presentó un proyecto de ley que propone que el Perú firme un convenio con El Salvador, para que los presos peruanos sean llevados a ese país centroamericano a cumplir allí sus condenas, al estilo de lo que hace el presidente de EE.UU., Donald Trump.

Según la parlamentaria, el objetivo sería reducir la sobrepoblación carcelaria y la inseguridad ciudadana que se registra a nivel nacional.
En ese caso, los sentenciados por los delitos de sicariato, extorsión, homicidio y otros delitos podrían ser llevados a los megapenales que existen en el país de Nayib Bukele.

Urgarte dijo que su intención es que se reduzca la sobrepoblación carcelaria en el país, así como también mejorar la seguridad en los penales del país y reducir la inseguridad a través del convenio entre los gobiernos de Perú y El Salvador.

"El Estado trasladante mantendrá jurisdicción exclusiva sobre la condena impuesta y cualquier otro procedimiento que disponga la revisión o modificación de las sentencias dictadas por sus órganos judiciales. El Estado receptor al recibir aviso de cualquier decisión al respecto, deberá adoptar con prontitud las medidas que correspondan en concordancia con su legislación sobre la materia", refirió al sustentar el proyecto de ley.



PROYECTO DE UGARTE ES APOYADO POR NORMA YARROW, QUE DICE QUE SALDRÍA MÁS ECONÓMICO PARA EL PAÍS.

No es la solución

La parlamentaria Adriana Tudela respaldó la propuesta de su colega Katy Ugarte, pero consideró que dicha medida no resolverá la problemática penitenciaria en el Perú ante la falta de infraestructura carcelaria y medidas realmente efectivas por parte del gobierno.

A FAVOR DE PROYECTO

Al respecto, la legisladora Norma Yarrow dijo que sería más económico para el Perú enviar a los presos de alta peligrosidad a El Salvador, pues así se podría reducir o poner fin a la criminalidad que sigue operando en el país desde la cárcel.

"¿Tú crees que no es más alto el costo de que las bandas acá operen en las cárceles o en la situación que están las cárceles de hacinamiento? El Salvador está dispuesto a dar el asesoramiento que se necesita para hacer estas cárceles de alta complejidad. O sea, yo creo que estamos en un momento tan crítico que más barato sale invertir en esto y el costo que estamos viviendo con las extorsiones y las bandas que trabajan dentro de las mismas cárceles en el Perú", aseguró.



SON SEÑALADOS DE HABER VOTADO CONTRA LA UNIVERSIDAD DE HUACHO.

SERÍAN TELLO, MEDINA, BELLIDO Y PAREDES

4 congresistas habrían recibido soborno

Un audio de la voz de un profesor de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión de Huacho, comprometió seriamente a cuatro congresistas con un caso de corrupción. Según el presidente de la Comisión de Educación del Congreso, Segundo Montalvo, el audio de Rogger Taboada, docente de dicha casa de estudios, señala a los parlamenatrios Alex Paredes, Guido Bellido, Esdras Medina y Edgar Tello de haber recibido un soborno para votar en contra de la reorganización de dicha universidad. Montalvo refirió que va a presentar ante la Comisión de Ética los documentos que sustentan las acusaciones de Taboada y que ya están en poder de la Fiscalía de la Nación.

CERRÓN SIGUE CON MANDATO DE DETENCIÓN

No se salió con su gusto



PEDÍA QUE SE LE CAMBIE LA ORDEN DE 24 MESES DE PRISIÓN PREVENTIVA.

Vladimir Cerrón no se salió con su gusto de que el Poder Judicial le acepte su solicitud de variación de prisión preventiva por la investigación de que es objeto, por los delitos de organización criminal y lavado de activos en agravio del Estado, por el caso Los Dinámicos del Centro.

El Sexto Juzgado de Investigación Preparatoria Nacional declaró infundada su pedido. El juez Leodan Cristóbal Ayala concluyó que la defensa no presentó nuevos elementos de convicción y que Cerrón, que está prófugo de la justicia, incumplió sistemáticamente las reglas de conducta impuestas, como no reportar su domicilio, ni presentarse a los controles biométricos o a diligencias fiscales. Por tanto, el fundador de Perú Libre, en caso de ser capturado, será llevado inmediatamente a la cárcel.

VIAJARÁ EN MEDIO DE CRISIS QUE AGOBIA AL PAÍS.

BOLUARTE RECIBE PERMISO PARA IR A FRANCIA

Otra vez se va de viaje

Se salió con su gusto. Con 50 votos a favor, 32 en contra y 2 abstenciones, el Congreso aprobó el proyecto de resolución legislativa que autoriza a la presidenta Dina Boluarte a salir del país del 7 al 11 de junio de 2025. El viaje tiene como destino Francia, donde participará en la III Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Océano.

El viaje se realizó pese a las críticas y negativas de algunos parlamentarios, quienes custionaron el viaje de la mandataria al país europeo, y no quedarse en Perú atendiendo los problemas que pasa nuestro territorio.

El retorno está previsto para el 11 de junio, días antes de que el Congreso realice el voto de confianza al gabinete ministerial. Hace poco la mandataria estuvo en El Vaticano.

GRAVE CASO EN EL NUEVO AEROPUERTO JORGE CHÁVEZ

Pasajero denuncia que le robaron cosas de su maleta

✚ Denunció que su equipaje estaba dañado y faltaban tres kilos.



PASAJEROS LA PASAN MAL EN EL NUEVO TERMINAL AÉREO DEL CALLAO.

Siguen las incomodidades y problemas para los pasajeros en el aeropuerto Jorge Chávez, que no tiene una semana de inaugurado. Un viajero denunció que parte de su equipaje fue sustraído.

Eduardo tenía previsto viajar a Buenos Aires-Argentina el 2 de junio, pero no le permitieron subir a su vuelo porque su maleta de mano excedía el peso permitido. Lo más grave, fue el estado en el que encontró su equipaje a su regreso. Refirió que su maleta tenía el candado roto, los ganchos dañados y, lo peor, notó que le faltaban tres kilos de peso que son productos que equivalen a 250 soles.

"He escuchado que otros también han tenido problemas similares y me dicen que esto ya estaba ocurriendo desde hace más de 15 días, incluso en el antiguo aeropuerto. Pareciera que la gente ya está robando aquí", manifestó indignado.



Viajeros molestos

Varios pasajeros denunciaron en los últimos días que sus maletas resultaron dañadas y otros que su equipaje fue llevado a otro lugar por error de las aerolíneas.

SERVICIO DESDE EL AEROPUERTO JORGE CHÁVEZ

Cien soles cuesta taxi

A las incomodidades que sufren los pasajeros en el nuevo aeropuerto Jorge Chávez, se suma el abuso de los taxistas. Se supo que los conductores de este servicio y también por aplicativo aumentaron en un 20% sus tarifas, argumentando que es mayor la distancia del recorrido por la av. Morales Duárez.

Por ejemplo, una carrera desde el aeropuerto hasta Jesús María cuesta no menos de 60 soles. Y si es hasta La Molina, el precio llega a los 100 soles.

Una alternativa para los pasajeros es abordar un taxi que acaba de dejar a un viajero, pero tendría poco tiempo para hacer la consulta porque no pueden estar mucho tiempo detenido para evitar aglomeraciones.



EN CORTO

CAMIÓN BLOQUEA VÍA EXPRESA Y CAUSA TRÁFICO

Un camión cisterna de la municipalidad de Lima generó ayer en la mañana una congestión vehicular en la vía expresa del Paseo de la República, a la altura del puente Javier Prado, en el sentido de norte a sur, en San Isidro. El vehículo, que transportaba agua, quedó atravesado en sentido contrario tras deslizarse por la pista mojada debido a la llovizna registrada durante la madrugada. El accidente afectó el tránsito en dirección del Cercado de Lima hacia Miraflores.

PIDEN AYUDA PARA SEGUIR FUNCIONANDO

Olla común en VMT es ignorado por municipio



HACEN MALABARES PARA PREPARAR LOS ALIMENTOS CADA DÍA.

En medio del intenso frío y ante la indiferencia de las autoridades, un grupo de madres de familia se la ingenia cada día para preparar la olla común en Villa María del Triunfo.

Tal es el caso de la olla común Juntos venceremos esta lucha, en el asentamiento Ampliación de las Flores del Paraíso, en la zona de San Gabriel en Villa María del Triunfo.

La presidenta de la olla común manifestó que funcionan desde el inicio de la pandemia y piden ayuda, ya que son ignorados por su municipio. Las personas que deseen ayudar pueden comunicarse al celular 900 592 385.

EN BOLIVIA TIENEN QUE ESPERAR TRES DÍAS POR COMBUSTIBLE

Miles de choferes marchan por falta de gasolina y dólares

✚ Muchos duermen dentro de sus vehículos para no perder su turno.

LA PAZ. Miles de choferes del transporte urbano marcharon ayer por la capital boliviana para protestar contra la escasez de dólares y combustible, que desde hace semanas genera largas colas de vehículos en las gasolineras. Hace dos años Bolivia pasa por una crisis económica derivada de la falta de moneda estadounidense. La situación empujó al gobierno a casi agotar las reservas internacionales líquidas, que destina a importar combustibles para venderlas en el mercado interno a precio subsidiado. "Nos hemos movilizado para tratar que el Gobierno nos escuche y vea cómo estamos sufriendo", dijo un conductor. Ante la escasez de combustible, los transportistas realizan filas de hasta tres días por la gasolina en un grifo, incluso deben dormir dentro de sus vehículos para no perder su turno.



CRISIS EN EL PAÍS DEL ALTIPLANO CADA VEZ ES PEOR.

EN CORTO

ADVIERTE UNA POSIBLE GUERRA MUNDIAL

WASHINGTON. Elon Musk, fundador de Tesla y SpaceX, lanzó una advertencia que captó la atención mundial: si no se toman medidas urgentes, la IA podría convertirse en el detonante de un conflicto bélico de proporciones devastadoras. La advertencia se alinea con declaraciones pasadas del presidente ruso, Vladímir Putin, quien afirmó que el país que lidere esta tecnología gobernará el mundo. Aseguró que la IA no solo tiene implicaciones económicas, también militares, sociales y geopolíticas.

POR ESCÁNDALO DE CRIPTOMONEDAS

Presidente Milei podría ser detenido en España


DIPUTADO ESPAÑO EXIGE QUE MILEI SEA DETENIDO APENAS LLEGUE A ESE PAÍS.

MADRID. Un diputado español exigió ayer que el presidente argentino Javier Milei sea arrestado por la Policía española apenas aterrice en el aeropuerto de Madrid el sábado 7 de junio.

La detención sería por la investigación que involucra al líder libertario en el escándalo de la criptomoneda $LIBRA, presunta estafa que habría perjudicado a 50 mil personas, incluidas miles de víctimas en territorio español, con un perjuicio de $87 millones.

Por ello, el parlamentario de izquierda, Víctor Egío, pidió a las autoridades del gobierno de Pedro Sánchez que ordenen la detención inmediata del jefe de Estado argentino al ingresar a territorio español.

PABLO HEREDIA

"GUERRERO ERA UN TIPO AGRESIVO"

Mario Palacios O.

El actor argentino Pablo Heredia estará el domingo en El valor de la verdad, donde contará pasajes de su vida amorosa y tenso momento con Paolo Guerrero, cuando el futbolista le reclamó por los besos que le daba el gaucho a Alondra García Miró en una telenovela.

Recordemos que el argentino protagonizó con Alondra la telenovela *Te volveré a encontrar* años atrás, en la que compartieron escenas románticas. Aunque no dio detalles del mal momento que pasó con el futbolista, en una avance narró cuando se cruzaron una vez.

"Me levanto y lo miro... era un loco, una persona agresiva. Estaba parado así, era una persona agresiva y era una agresividad tan fuerte que empezamos a discutir", contó.

CELABA A OJIVERDE

Este encontrón ocurrió hace cinco años, cuando Guerrero y Alondra eran la pareja que acaparaba las portadas de los medios. Es más, muchos pensaban que se casarían, pero los celos y lo dominante que era el futbolista con la modelo, que quería hacer una carrera como actriz, terminó abruptamente la relación.

- Futbolista encaró al actor por besos a Alondra García Miró en telenovela.
- Argentino recordará en EVDLV mal rato que pasó con el 'Depredador'.

De otro lado, Heredia reveló que le fue infiel a su joven pareja, Alessandra Fuller, cuando salió con Flavia Laos, la mejor amiga de su pareja. "Decidí terminar la relación, con el dolor de mi corazón porque la quería, pero era lo mejor", dijo.



Flavia admitió su culpa

Enterada de que Pablo Heredia contará en EVDLV el amorío que tuvieron, Flavia Laos admitió que se portó mal con su amiga, al meterse con su pareja. "Duró un mes. Acepto mi culpa, me sentí muy mal", afirmó.

KARLA TARAZONA

"MUCHOS NO ME HABLAN PORQUE LOS CRITICO"

✚ Perdió a varios amigos por jalar orejas a farándula.

Karla Tarazona contó que muchos personajes de la farándula dejaron de hablarle porque en alguna ocasión los cuestionó en el programa Préndete. La animadora dice hacer solo su trabajo, y no se casa con nadie.

"Sí a más de uno le incomoda mis comentarios, otros ya no me hablan porque en el programa hablamos de espectáculo y criticamos si alguien hace mal las cosas. Es más, alguno no quiso venir al programa por mí, pero me da igual", refirió.



La pareja de Christian Domínguez negó haberse ensañado con algún personaje del espectáculo, y siempre cuestionará a los que hacen mal las cosas en la farándula.

"Sí haces algo mal, no pidas que te aplauda, acá no se critica gratuitamente, se critica si haces algo mal. Es nuestro trabajo, si me hablan o no, no me hace más ni menos", añadió la animadora de Préndete. (M.P.)

DILBERT AGUILAR

LEJOS DE ESCÁNDALOS

✚ Volvió la calma tras infidelidad de su esposa.

Después de superar las acusaciones de infidelidad de su esposa Jhazmin Gutarra, Dilbert Aguilar reveló que siempre fue ajeno a los escándalos, por lo que no busca lucrar con su vida privada. "He tratado de mantenerme al margen en muchas cosas, es mi forma de ser. No soy escandaloso, no me gusta bronquearme. Lo mío es la música", expresó.



ESCÁNDALO NO AFECTÓ SU HOGAR.

El pequeño gigante de la cumbia ahora sigue con su carrera musical, y alista un videoclip junto con su esposa, quien canta en su orquesta y grabó una producción musical con la agrupación musical La Tribu. (M.P.)

MAGALY MEDINA

"TILSA, NO TE COMPARES CON DARINKA"

✚ Le dice 'fresca' a ex modelo y le recordó romance con Vargas, que era casado. ✚ También dice que animadora humilló a esposa del 'Loco'.

Mario Palacios O.

Magaly Medina fulminó a Tilsa Lozano por compararse con Darinka Ramírez, al decir que a ella también la engañaron cuando estuvo con Juan Manuel Vargas. La Urraca le recordó que la única engañada fue la esposa del 'Loco', pues la ex modelo fue la otra.

"Yo estuve en tu pellejo. Yo me ilusioné, a mí me engañaron, me dijeron que me amaban, que me querían, me comían el coco con algo... pero (Jefferson Fárfan) fue claro contigo y la ilusión vino de tu parte", dijo Tilsa a Darinka, cuando hablaban de a Foquita.

Esto hizo que Medina le recuerde el amorío clandestino de Tilsa con Vargas años atrás.

"Ella dice que fue una mujer engañada, ¿la engañada no fue Blanca? la mujer del Loco Vargas. Se olvida que esa historia tenía tres protagonistas, después se queja cuando le recordamos lo que ella fue. Ese hombre tenía una mujer y tenía hijos. Después de decirle que la amaba, regresó con su esposa. Ella todavía se compara y se pone de ejemplo", comentó Medina.

NO SUELTA A TILSA

Medina, principal detractora de Lozano, le recordó que su amorío con el ex seleccionado nacional tenía tres protagonistas, donde la ex modelo salió mal parada.

"Yo no puedo creer la frescura que tienen algunas, que los años hayan pasado, no significa que nosotros nos hayamos olvidado del papelón que ella hizo en determinado momento. Eso les pasa por ponerla (a conducir) y dice: yo soy una mujer engañada. La que fue múltiples veces engañada y humillada era Blanca. Y la que la humilló múltiples veces fue Tilsa", expresó la conductora de ATV.

"Todos saben quién es Tilsa y lo que hizo años atrás". Magaly Medina.

La pasó muy mal

Darinka Ramírez no se guardó nada cuando se presentó en El valor de la verdad y respondió preguntas sobre su romance con Farfán, con quien tiene una hija. "Yo era madre primeriza, había sentimientos de por medio, tenía depresión post parto. La pasé mal", dijo la joven.

NATALIA OTERO

“AHORA SOY UNA MAMÁ 24/7”

✚ Abandonó la actuación para dedicarse al cuidado de sus hijos.

La actriz Natalia Otero reveló detalles de su vida en el podcast Mamá 24/7, que se puede ver por el canal de YouTube de **el Popular**, en el que cuenta que decidió volver a Argentina con su familia, pese a que tenía una vida hecha en Perú.

“Pasé la pandemia encerrada con mi esposo e hija. Tenía amigos, pero por la enfermedad cada uno estaba con los suyos encerrados. Yo tenía una vida en Perú, con mi esposo y una niña pequeña, pero decidimos volver a Argentina para visitar una temporada a los míos”, dijo.

La recordada protagonista de la serie juvenil Parchís, no tenía en sus planes quedarse en su natal país, pero las circunstancias hicieron que radicara del todo allá.

“Estaba contenta de que mi hija estuviera cerca de sus abuelos y tíos. En los planes estaba quedarnos una temporada, pero finalmente nos quedamos y llegó mi segundo hijo después”, refirió.

La actriz argentina ahora está alejada de los reflectores y se dedica a los quehaceres del hogar y dice ser feliz teniendo a su familia unida.

“Dejé la actuación, soy feliz siendo mamá, soy mamá 24/7, adoro estar con mis hijas y junto a mi esposo”, remarcó. (M.P.)



'PAYASITA' SE ALEJÓ DE LA ACTUACIÓN POR SU FAMILIA.

BRISAS DEL TITICACA

SE VIENE FESTIVAL KANTU

La Asociación Cultural Brisas del Titicaca, fundada hace 62 años en Lima, recuerda que hasta el 13 de junio está abierta la convocatoria al concurso de letra y música para las formas más difundidas de la cultura de la región Puno, como son Marinera puneña, Huayno puneño, Morenada y Diablada, que ha denominado “Kantu I Festival de Autores y Compositores de la Música Puneña”.



FESTIVAL DE MÚSICA PUNEÑA.

Los objetivos del festival Kantu, que se realizará en julio, son rescatar y difundir las manifestaciones artísticos-culturales ancestrales de nuestros pueblos, así como conmemorar las principales festividades de la región y propiciar la creación de letra y música en los géneros más difundidas de la cultura altiplánica.

Los premios van hasta S/3.500. En las redes sociales de Brisas del Titicaca pueden encontrar las Bases y toda la información, además en kantu@brisasdeltiticaca.com y en el 993 821 826.

CABRERA Y LAPADULA QUEDARON FUERA POR LESIÓN

Dolor DE CABEZA

- Fueron desafectados por lesión.
- Maxloren Castro fue convocado.

Carlos Lara Porras

Tremendo dolor de cabeza para Óscar Ibáñez. Gianluca Lapadula y Kenji Cabrera fueron desafectados ayer de la selección con miras a los partidos ante Colombia y Ecuador por estar lesionados.

A través de un comunicado, la Federación Peruana de Fútbol (FPF) informó que Lapadula se sumó a la Bicolor "presentando molestias en el tobillo izquierdo". Y en el caso de Cabrera tiene "una lesión muscular en el muslo posterior derecho".

Ante dichas bajas, la FPF anunció la convocatoria de Maxloren Castro, delantero de Sporting Cristal.

La baja de Cabrera altera de alguna manera los planes de Ibáñez para el duelo de mañana ante Colombia, pues el delantero de Melgar se perfilaba como titular y ayer arrancó en el partido de práctica, que no pudo terminar por lesionarse.

ONCE A LA VISTA

Bryan Reyna ocupará el lugar de Cabrera, a quien reemplazó ayer cuando el atacante del cuadro mistiano salió sentido.

En consecuencia, es posible que juegue ante Colombia, sería con Pedro Gallese en el arco; Luis Advíncula, Carlos Zambrano, Renzo Garcés y Marcos López en la defensa; Pedro Aquino, Renato Tapia y Edison Flores en el mediocampo, Andy Polo, Paolo Guerrero y Bryan Reyna en el ataque.

RUMBO A BARRANQUILLA

La selección realizará esta mañana su último entrenamiento en la Videna y por la tarde (4:30) viajará en vuelo chárter a Barranquilla para enfrentar mañana a Colombia. El hotel Hilton en esa ciudad del país cafetero será el lugar de concentración de la Bicolor.



Lorenzo ve complicado a Perú



BARRANQUILLA. Néstor Lorenzo, entrenador de Colombia, no se confía del mal momento de Perú y lo considera como un rival de cuidado. "Perú no será fácil, es un rival que vendrá a jugarse todo porque necesita ganar para ponerse en la pelea. Creemos que vendrá con un planteo no tan defensivo o va jugar al error nuestro", refirió.

El entrenador argentino considera que la clave del triunfo para el cuadro cafetero estará en mantener la tranquilidad. "Hay que salir a ganar, como siempre, pero con tranquilidad. Lo peor que nos puede pasar es desesperarnos, o que la gente afuera haga un ambiente de desesperación. Hay que salir a ganar, como siempre", remarcó Lorenzo.

Colombia, sexto en las eliminatorias con 20 puntos, buscará ante Perú reencontrarse con el triunfo, después de cuatro partidos.

Cueto da su bendición a Cabrera



PALABRAS MAYORES. César Cueto, un histórico del fútbol peruano, destacó las condiciones de Kenji Cabrera, quien se perfila como probable titular para el encuentro contra Colombia.

El Poeta de la zurda considera al extremo de Melgar como una interesante opción para el seleccionador Óscar Ibáñez. "Es un jugador de buena técnica, buen remate y es encarador. Tiene buena visión en cualquier puesto del ataque. Además, tiene calidad y buen recorrido para jugar si es que no juega Carrillo", expresó Cueto en diálogo con el periodista Wilmer Robles.

El ex mundialista en Argentina y España 82 evitó hablar sobre la ausencia de Christian Cueva en el equipo patrio. "Están los que tienen que estar por el entrenador (Ibáñez)", manifestó.

PORTUGAL FINALISTA DE LIGA DE NACIONES

Cristiano intratable

Con gol de CR7, lusos dieron vuelta a Alemania para vencer 2-1.


CRISTIANO RONALDO LLEGÓ A LOS 937 GOLES.

MÚNICH. Portugal dio la sorpresa y le remontó el partido a Alemania 2-1 en condición de visitante, con lo que consiguió su pase a la gran final a la Liga de Naciones de la UEFA, donde buscarán su segunda conquista.

El encuentro tuvo un primer tiempo con pocas opciones de gol, pues recién en el segundo los germanos se pusieron en ventaja, tras buena definición de Forian Wirtz (48').

La reacción de los lusos no se hizo esperar y sobre el minuto 63 Francisco Conceicao realizó una buena jugada y decretó el empate.

En ese momento cambió el partido. Los lusos ya no cedieron la posesión de la pelota y Alemania lució impotente para arrebatársela.

El equipo de Roberto Martínez se percató de que enfrente había confusión y buscó pegar otro golpe.

Nuno Mendes armó una buena jugada sobre la izquierda del área teutón y le cedió a Cristiano (68') que, al límite del offside, no desaprovechó la oportunidad y la empujó hacia el fondo de la red.

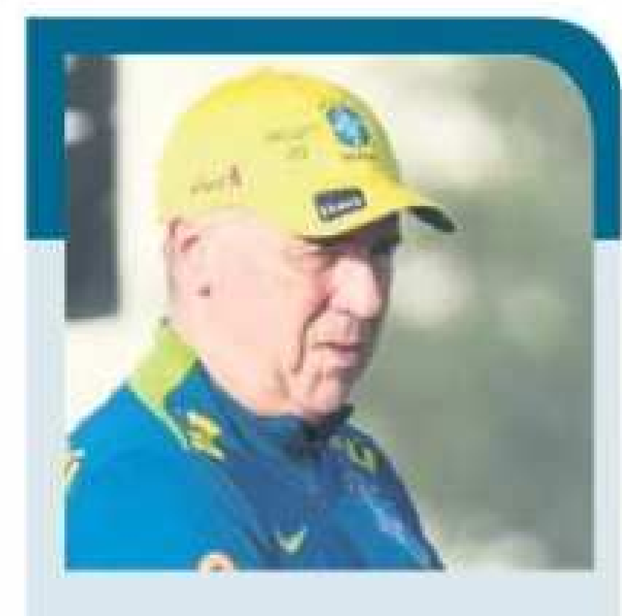
Portugal tuvo otras ocasiones de gol que fueron evitadas por el arquero alemán Ter Stegen, quien evitó que la diferencia sea mayor.

Portugal jugará la final de la Liga de Naciones de la UEFA con el ganador del duelo que sostengan hoy (2:00 p.m. de Perú) España y Francia.

LOS 937 DE CRISTIANO

Con su tanto ante Alemania, Cristiano Ronaldo llegó a los 937 goles en su carrera y está a 63 conquistas de llegar a las mil conquistas, meta que se trazó para el final de su exitosa carrera.

Fue su séptima anotación en ocho partidos de esta edición de la Nations League, y lo más impactante: fue el número 137 con la selección de su país en la que es, de lejos, el goleador histórico (el segundo es Pauleta, con 47 dianas).



Debuta Ancelotti

GUAYAQUIL. Carlo Ancelotti debutará hoy (6:00 p.m.) como seleccionador de Brasil (4º con 21) ante Ecuador (2º con 23) en Guayaquil. La novedad en la Canarinha será la presencia de Casemiro. Y en Asunción (6:00 p.m.), Paraguay (5º con 21) recibirá a Uruguay (3º con 21).



Santamaría con la crema

Anderson Santamaría, flamante refuerzo de Universitario, realizó ayer su primer entrenamiento con el cuadro crema en Campo Mar en Lurín.
El defensor nacional, que llega procedente del Santos Laguna de México, recibió la bienvenida del entrenador Jorge Fossati y de sus nuevos compañeros.



OBLIGADO A GANARLE A ARGENTINA

Gareca y Chile por la heroica

SANTIAGO DE CHILE. Obligado a ganar para seguir con vida en las eliminatorias, Chile espera hacer la heroica y vencer como local hoy (8:00 p.m. de Perú) a Argentina. A la Roja, último con diez puntos, solo le vale ganar, un empate no le sirve. En ese sentido, Ricardo Gareca, quien es muy resistido por la prensa y la hinchada chilena, se juega su continuidad al frente del cuadro trasandino.

"Nos faltan resultados, pero qué mejor que obtenerlo ante Argentina. Nos aferramos a la fe, a la confianza... Viene el campeón del mundo a jugar aquí. Es algo motivante también. Eso me lleva a no dar nada por terminado", refirió el Tigre.

"Tengo ganas de continuar, de parte nuestra queremos seguir el proceso. Creo que Chile necesita eso, no sé si conmigo", remarcó Gareca.

Y en cuanto a Argentina, primero con 31 unidades y ya clasificado al Mundial, espera imponer su jerarquía. Lionel Messi será de la partida en el cuadro albiceleste.

RENOVÓ CONTRATO CON EL PAPÁ HASTA EL 2026

Cueva fiel a Cienciano



ALADINO SEGUIRÁ CON CIENCIANO.

CUSCO. No se mueve del Cusco. Christian Cueva descartó la oferta de Emelec de Ecuador y seguirá en las filas de Cienciano.

Se supo que Aladino, cuyo contrato acaba al final del Torneo Apertura, renovó su vínculo con el cuadro imperial hasta finales del 2026.

Este nuevo contrato incluye una mejora salarial e incluye una cláusula de rescisión para el 2026, si surge una mejor propuesta del fútbol peruano o internacional.

Se supo que la oferta de Emelec no habría convencido del todo al mediocampista nacional, ya que hasta el momento el club ecuatoriano no pudo solucionar la sanción que le impuso la FIFA y que le prohíbe realizar contrataciones por algunas deudas.

Con la continuidad de Cueva, Cienciano espera seguir avanzando en la Copa Sudamericana.

ADQUIERE NUEVAS RECETAS CON LO MEJOR DE LA GASTRONOMÍA PERUANA E INTERNACIONAL

Juane de gallina, el tesoro culinario de la selva peruana

En las redes sociales

Búscanos en las redes sociales Facebook, Instagram, X y TikTok si quieres estar bien informado con lo último del acontecer nacional e internacional. **El Popular** siempre te mantendrá al día con las últimas noticias. También puedes seguirnos en elpopular.pe



PARA SOASAR LAS HOJAS DE BIJAO ANTES DEBES CORTARLAS DEL TAMAÑO DESEADO.

Alannis Castañeda Saavedra

¿Buscas innovar con nuevos platillos en tus comidas del día a día? **El Popular** te trae la solución en su nueva colección de recetas: **Cocina como un gran chef**. Una edición especial pensada para inspirarte con preparaciones deliciosas, tradicionales y creativas, perfectas para sorprender a tu familia sin complicarte de más. ¡No te lo pierdas! ¡Amarás los resultados!

UN FESTÍN AMAZÓNICO

Preparar juane de gallina puede parecer un reto para muchos. Sin embargo, es una oportunidad perfecta para conectar con nuestras raíces y descubrir la riqueza de la gastronomía amazónica de nuestro país.

Este platillo tradicional combina arroz sazonado, gallina, entre otras especias, todo cuidadosamente envuelto en hojas de bijao. Su sabor único y su presentación lo convierten en un símbolo de identidad cultural. Ideal para compartir y disfrutar en cualquier ocasión especial.



APRENDIENDO EN CASA

Sistema urinario

¿Qué son la vejiga y la uretra?

EL DATO
La uretra en los niños es más corta que en los adultos, lo que significa que el proceso de orinar es un poco más rápido, por lo que los niños van al baño con mayor frecuencia que los adultos.

La vejiga es un órgano en forma de bolsa que se encuentra en la parte baja del abdomen. Su trabajo es acunular la orina que viene de los riñones hasta que estamos listos para ir al baño. Cuando la vejiga se llena de orina, nos da la sensación de que necesitamos ir al baño. La uretra es un tubito delgado que conecta la vejiga con el exterior del cuerpo. Cuando vamos al baño, la orina viaja a través de la uretra y sale del cuerpo. Es importante no aguantar las ganas de orinar porque si la vejiga se llena demasiado, puede doler. También, cuidar de la vejiga y la uretra es clave para evitar infecciones. Tomar suficiente agua, ir al baño cuando tenemos ganas y mantener una buena higiene ayuda a que estos órganos funcionen bien. Así, nuestro cuerpo sigue sano y limpio. ¡Y todo gracias a la función de vejiga y la uretra! ¡Increíble!

Vejiga
Orina (Pis)
Uretra



Los alimentos que ayudan a mantener sana la vejiga

Para mantener la vejiga sana, es importante beber suficiente agua todos los días. Las frutas y verduras, que tienen mucha agua, también son muy buenas para cuidar el sistema urinario. Evitar bebidas con mucho azúcar es clave, ya que pueden irritar la vejiga. Esto ayuda a que la vejiga funcione correctamente. De esta manera, podemos evitar problemas y mantener todo nuestro organismo en equilibrio.

Cuida tu mascota
Una buena nutrición, ayuda a mantener el sistema inmunológico fuerte y resistente a enfermedades. Opta por alimentos de calidad, balanceados según su edad, raza y necesidades específicas.



El dato
Ante cualquier síntoma, evita automedicar y busca atención veterinaria.

Lo bueno de
Vacuna antirábica Protege a las mascotas y a las personas contra la rabia, una enfermedad mortal.



ES IMPORTANTE CONSIDERAR LA TEXTURA, ABSORCIÓN Y EL CONTROL DE OLORES

¿Cómo elegir la arena perfecta para tu gato?

✚ Este aspecto es vital para su higiene personal.
✚ ¡Consiente a tu felino y protege su salud!

Alannis Castañeda Saavedra

Elegir la arena adecuada para tu gato es una decisión más importante de lo que parece. No solo influye en la higiene del hogar, sino también en la salud y bienestar de tu minino. Aquí te explicamos los principales tipos de arena y los factores clave que debes considerar para tomar la mejor decisión.



USA UNA CAJA DE ARENA ADECUADA AL TAMAÑO DEL GATO Y COLÓCALA EN UN LUGAR TRANQUILO.

TIPOS DE ARENA

-Aglomerante: forma grumos sólidos al contacto con la orina, lo que facilita la limpieza diaria.
-Arena de sílice: tiene una gran capacidad de absorción y control de olores. Aunque puede ser más costosa, dura más tiempo y es liviana.
-Perfumada: incluye fragancias para disimular olores. Sin embargo, algunos gatos pueden rechazarlas por tener aromas muy fuertes.





ASPECTOS IMPORTANTES

Al elegir la arena para tu gato, considera su comodidad, el control de olores y la facilidad de limpieza diaria. Es importante optar por una opción con poco polvo. La clave está en encontrar el equilibrio entre higiene y bienestar para ambos.

Mundo animal

Vet. Pedro Ramos (*)

LLEGA EL INVIERNO, PROTEGE DEL FRÍO A TU MASCOTA

Se acercan las temperaturas bajas y la humedad en Lima y nuestras mascotas empiezan a sentir el frío del invierno. La ropita, las mantas y las casitas, son algunos de los cuidados básicos para que nuestra mascota pueda mantenerse abrigada y soportar el frío intenso, sobre todo, por las noches. La sensibilidad al frío puede variar según el tamaño, la condición corporal, la raza y la edad. Los cachorros y adultos de avanzada edad son los que más sufren con el frío intenso, ya que tienen dificultades para controlar su temperatura corporal. Por eso, se recomienda tenerlos siempre abrigados y en lugares fuera de corrientes de aire para evitar hipotermia. Ten presente que igual que nosotros, nuestras mascotas deben estar abrigadas.

* Médico veterinario en Pet's Life
Teléfono: 990 820 844

COLECCIÓN: 2

Familia bien alimentada

Chaufa de trigo pelado y quinua

Receta del Instituto Nacional de Salud.

INGREDIENTES

- 1 1/4 de kg. de trigo pelado.
- 1/4 de taza de quinua.
- 400 gr. de filete de pollo.
- 80 gr. de hot dog.
- 2 unidades de huevo.
- 1/2 taza de cebolla china.
- Un pimiento rojo.
- 2 cdas. de kion.
- Aceite vegetal.
- 1 1/2 cdta. de ajo.
- Sal yodada y sillao con moderación.

PREPARACIÓN

Lava y cocina el trigo pelado y la quinua con sal; granear. Reserva. Lava y corta el pollo en cubos, condimenta con sal, pimienta y sillao; luego, fríe en aceite. Reserva. Pica y fríe en aceite el hot dog. Reserva. En una olla, dora en aceite ajo molido y kion picado; luego, añade el trigo pelado y la quinua graneada, pollo, hot dog y sillao. Haz una tortilla de huevo, mezcla; luego, agrega pimiento y cebolla china picada; mezcla y sirve.

Secreto del chef
Remoja el trigo pelado y la quinua 30 minutos antes de cocinarlos para que queden más tiernos y se mezclen bien en el chaufa.

TIPS TIPS TIPS

1 IDENTIFICACIÓN PARA MASCOTAS

Si tu perro o gato es de los que suelen estar al aire libre, es importante cuidar de su seguridad con una correcta identificación. Colócale un collar con una placa que incluya su nombre y tu número de contacto. Esto facilita su localización en caso de pérdida o accidente.



2 DESPARACITACIÓN INTERNA Y EXTERNA

Realízala periódicamente para evitar problemas digestivos o infestaciones por pulgas y garrapatas. Consulta con el veterinario la frecuencia y el tipo de antiparasitario más adecuado según la edad, peso y estilo de vida de tu mascota. La prevención es clave para proteger su salud y la de tu familia.



3 PON ATENCIÓN A LOS CAMBIOS DE ACTITUD

Si tu mascota está decaída, pierde el apetito o se aísla, podría estar enferma. No la ignores. Los animales no siempre muestran dolor de manera evidente, por lo que estar atento a actitudes inusuales puede ayudarte a detectar problemas de salud a tiempo y buscar atención veterinaria oportuna.



Gaturro



Sudoku

			2					5
2	3	5		8	7	1	4	
	8		4				3	
			5	7	1	9		2
9		6						3
7	5		6			8		
		8		9	4	6		1
	7	4	1				9	
	6		3				2	

Las 7 diferencias



Estos dos dibujos parecen iguales pero no lo son. Fíjate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

¿Quién lo dijo?

"No hay pensamientos peligrosos; pensar es, en sí mismo, algo peligroso."



Hannah Arendt



Hipatia



Mary Wollstonecraft

chiste

Falso

Experto en conducta infantil: "Los niños imitan lo que ven".

Mamá: falso, mis hijos me ven limpiar y ellos no limpian nada.

acertijo

Si trabajas 8 horas al día y ganas $15 por hora, ¿cuánto ganarás en una semana de 5 días laborales?

A dibujar

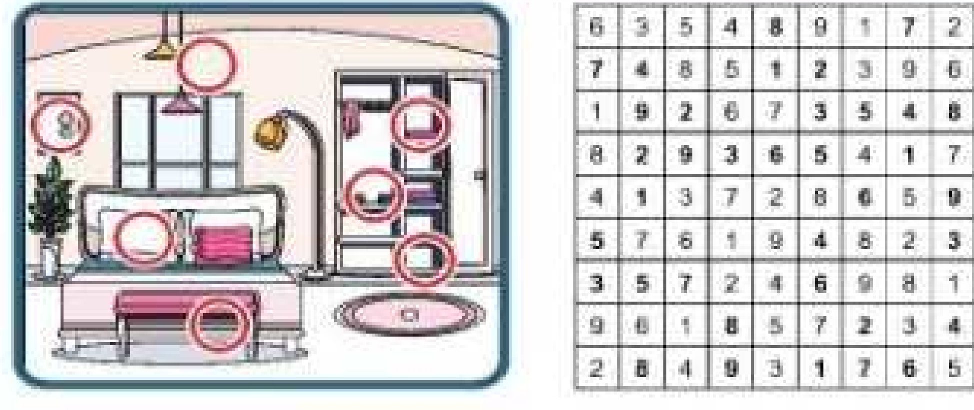


Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

Soluciones de ayer

WILLIE T
RIMAC GO
DEMAHOM
LED CAN
NEMA ZY
SENSUAL PAOLA
A ADAN LVI N
SESALC EAMAU
LAT AI ZC NÑ
ARROHA MATE
S AL JAMES TEZ
EL AMO ES
KDORU NY
I ROÑES
MAC LOAR
BASINGE

F A M O L S U X N O I C A M R O F N I W Z Q G Y
D B Q A E O A P R E N D I Z A J E T W F Y S N B
G U C A C U M L O B A I C N E R E F E R G K X T
J E S Y T A W T I U Z G E D F I N C X Y S P V A
A L O Q [illegible] S B J R D K E M W U J N V X I T D S I
Z P L E A C I S T R A N S F O R M A D O R G C R
T E O O V F W P O B D S S E N O I C N U F E C O
V S N J Y A T S O T M L W O F H V P X C Y M D M
W I A T N Z U J A T N O T L A S L V U F H T J E
K O V I T I S O P P D E P G B C M Q A E F B P M
L J D W Q N M K L H A A I R V O X Z C I R D I T
G P N A J O F A L S R D C C W Q Y V M Z U T K W
R P D Z C S N E I N O S A D A N O I S U F Y A L
S V N I X O B Q U W G M R K P E S O S C S Y A S
A O L X R P R O F U N D I Z A R F D T I S U S S
N M R U Q U V R B A X J C H P G D K Y A D O E M
E N E D W L Q M T H S D J R P A A N D I U X N O
C N N O I C I D A V I X M C O B W A S H S G O F
E Q Z J Y L U E A P H D C I F Z R E T J B S I X
D N N O I S I C E R P N T K V T R U L Z M P X J
M O D E L O D E R F C N W R N V G I E L R X E Y
O F M S K Z W Q N J E U B E P H N M K G X O N U
B Y V W H J P I F O O C R O G S E S U G Y O O L
S W Z C I K B A I T E N H V J F R M D P V E C W



6	3	5	4	8	9	1	7	2
7	4	8	5	1	2	3	9	6
1	9	2	6	7	3	5	4	8
8	2	9	3	6	5	4	1	7
4	1	3	7	2	8	6	5	9
5	7	6	1	9	4	8	2	3
3	5	7	2	4	6	9	8	1
9	6	1	8	5	7	2	3	4
2	8	4	9	3	1	7	6	5

El acertijo: (30 galletas/12 galletas)×2 tazas=2.5 tazas

¿Quién lo dijo?:
Elena Loewenthal.

Sopa de letras

L	G	W	E	Q	O	D	A	S	I	V	R	E	P	U	S	H	F	R	Z	P	N	Y	X
C	O	Z	W	Y	P	K	E	R	E	A	L	I	Z	A	N	B	L	R	S	V	G	C	D
N	E	S	P	A	C	I	O	H	C	F	S	I	S	T	E	M	A	S	S	B	U	R	E
A	P	R	E	N	D	I	Z	A	J	E	U	K	S	W	N	Q	E	Z	F	P	C	J	V
I	X	A	H	M	G	Y	O	I	Y	M	E	G	J	A	U	F	S	P	O	W	H	N	A
X	L	V	C	B	Z	Q	M	E	T	O	D	O	S	X	U	O	B	S	Z	N	P	D	L
F	A	C	O	N	C	R	E	T	O	R	A	C	I	T	S	I	D	A	T	S	E	M	U
V	M	J	G	R	S	E	B	X	Z	A	O	W	K	Z	W	N	A	V	C	X	R	S	A
E	E	G	S	E	R	O	D	A	C	I	F	I	S	A	L	C	K	G	N	D	H	V	R
C	L	W	Q	N	T	A	M	P	E	S	T	R	U	C	T	U	R	A	P	Q	O	G	W
F	B	E	L	E	Y	D	T	T	B	K	U	Z	X	R	C	A	L	C	U	L	O	S	X
W	O	E	R	T	N	L	F	E	I	C	K	G	B	J	S	E	L	P	I	T	L	U	M
G	R	S	D	B	U	E	M	Z	C	R	X	E	H	P	T	R	L	J	S	W	Q	O	V
R	P	K	O	O	B	X	L	D	A	N	O	O	C	I	T	A	M	O	T	U	A	Z	M
H	N	Z	F	L	M	H	Y	B	V	D	I	G	C	O	N	J	U	N	T	O	S	U	E
R	A	B	Q	V	E	I	B	E	I	Y	C	C	L	L	X	P	N	A	M	T	G	U	F
J	A	D	K	H	W	D	I	Z	Y	X	T	L	A	A	F	K	J	G	O	A	C	D	X
W	E	Q	S	N	E	M	O	L	Y	U	E	C	O	S	E	J	B	W	Z	V	Q	F	A
P	R	S	T	I	D	G	K	M	X	J	C	L	L	R	H	Z	V	X	A	P	D	K	T
E	A	O	I	B	U	N	G	M	F	Y	Q	C	F	V	R	K	G	S	A	N	E	U	B
L	T	O	T	I	N	I	F	X	M	S	I	S	E	T	O	P	I	H	Z	U	L	E	A
X	Q	F	R	N	P	O	D	T	W	R	E	N	D	I	M	I	E	N	T	O	L	N	J
R	X	Q	W	V	H	A	B	I	S	E	N	O	I	C	C	I	D	E	R	P	Z	Y	X
B	S	A	V	I	T	A	N	R	E	T	L	A	F	P	N	E	M	Q	C	Z	W	G	X

APRENDIZAJE POR CONJUNTOS

- ALGORITMOS
- ALTERNATIVAS
- APRENDIZAJE
- AUTOMÁTICO
- BUENAS
- CÁLCULOS
- CLASIFICADORES
- CONCRETO
- CONJUNTOS
- ESPACIO
- ESTADÍSTICA
- ESTRUCTURA
- EVALUAR
- FINITO
- FLEXIBLE
- HIPÓTESIS
- MÉTODOS
- MODELOS
- MÚLTIPLES
- OBTENER
- PREDICCIONES
- PROBLEMA
- REALIZAN
- RENDIMIENTO
- SISTEMAS
- SUPERVISADO
- TAREA
- TÉCNICAS

Consultorio sentimental

Me enamoré de mi supervisora de trabajo

ANDREW (32). Doctora Cora, no sé cómo manejar esto que siento, porque va en contra de todo lo que debería hacer. Me enamoré de mi supervisora en el trabajo. Al principio era solo admiración: su liderazgo, su seguridad, su forma de resolver todo. Pero con el tiempo empecé a sentir algo más intenso, algo que no puedo controlar. Ella ha sido muy profesional conmigo, nunca ha cruzado ningún límite, y eso me hace sentir peor, porque sé que estoy solo en esto. Intento enfocarme, pero se me hace difícil verla todos los días y actuar como si nada pasara. No quiero arruinar mi trabajo, pero tampoco quiero seguir fingiendo que no siento nada por ella.



RESPUESTA

Querido Andrew, enamorarse no es algo que podamos controlar, pero sí lo que hacemos con lo que sentimos. Es importante que respetes los límites profesionales y pienses con calma antes de actuar. A veces, tomar distancia ayuda a aclarar el corazón y proteger lo que has construido. Suerte.

Dra. Cora Song corasong@gmail.com

ASTROLOGÍA

Jhan Sandoval
Telf: 4450340/4728244
www.jhansandoval.com

ARIES: 21 mar. 20 abr.
Tendrás que resolver errores de una labor que pensaste culminada, lo que te obligará a posponer nuevas actividades, paciencia. No te distancies tanto de tu pareja. La distancia es perjudicial.

TAURO: 21 abr. 21 may.
Todo adquiere un ritmo acelerado, lo que te hace ser presa de cierta tensión, evítalo y podrás resolverlo todo. La falta de comunicación aumenta tus celos y obsesiones, calma tus temores.

GÉMINIS: 22 may. 21 jun.
Te estás ganando la confianza y la admiración de personas que pueden ayudarte a crecer profesionalmente. Estás despertando ilusiones en alguien que no te es indiferente, todo fluirá.

CÁNCER: 22 jun. 22 jul.
No permitas que esa pérdida laboral o económica te paralice, analiza los errores y sigue avanzando. Una persona madura te hará entender tu estado emocional, pronto saldrás de esa depresión.

LEO: 23 jul. 23 ago.
Sé indiferente al estado emocional de jefes o superiores, solo así lograrás avanzar sin verte afectado por la presión. Acepta las sugerencias de tu pareja y evita tomarlas como críticas o reclamos.

VIRGO: 24 ago. 23 set.
Estás por realizar una gestión que luego traería ciertos retrasos, evita acciones perjudiciales. Tu pareja percibe una falta de transparencia que solo con tus actos honestos podrá superar.

LIBRA: 24 set. 23 oct.
Necesitas apoyar a tus compañeros, los retrasos de otros podrían afectar la agenda que tienes programada. No estás en sintonía con esa persona que desea verte y aclarar todos los impases.

ESCORPIO: 24 oct. 22 nov.
Alguien pretende dejarte mal parado frente a jefes o colaboradores, cuida tus comentarios. En lo sentimental, ten un filtro y sé cuidadoso con lo que digas. Evitarás malos entendidos.

SAGITARIO: 23 nov. 21 dic.
Lucharás contra todos los obstáculos, gracias a tu esfuerzo obtendrás los resultados que esperabas. Tu pareja piensa que le ocultas cosas. Gánate su confianza y expresa tus sentimientos.

CAPRICORNIO: 22 dic. 20 ene.
Inicias proyectos alrededor de un entorno armónico, no faltará la colaboración y el buen asesoramiento. En el amor, sabrás apaciguar los celos y las inseguridades de la persona que amas.

ACUARIO: 21 ene. 19 feb.
No te estás adaptando a los cambios, una amistad te hará ver lo bueno de esta etapa y reflexionarás. Aclara las diferencias, el silencio no le permite a tu pareja entender el porqué de tu malestar.

PISCIS: 20 feb. 20 mar.
Cierta tensión con terceros afecta el clima laboral, no pierdas la concentración y sigue esforzándote. No has perdonado errores del pasado y lo manifiestas en ciertas actitudes, evalúalo.



RETRETE
NIQUEL
VITOR DEPORTIVO
ARBUSTO CHINO
HIJO DE NOE
NUEVA EN LATIN
RADON
KYLIAN MBAPPE
NOMBRE DE LA LETRA M
LITRO
ADJETIVO DEMOSTRAT.
SIMBOLO DEL RADIAN
AMINSTIA INTERNAC.
ERBIO
MARCHA ATRAS
DESCONOCIDO
SINONIMO: RUIDO
EUROPIO
DIGNIDAD
23 Y 27 DEL ABECE
EDER MILITAO
ALABANZA
TELEVISION
SEGUNDA PERSONA
LL
ROCIADOR, ESPRAY
QUE TIENE ALAS
HIGIENE
LEY (FRANC.)
INDICA REPETICION
ANILLO
...BUTRON EXARQUERO
SODIO
VOZ DE ARRULLO
DIOS DEL AMOR
REPASAR UN ESCRITO
OSCAR RUGGERI
ERBIO
SUCESIVAS
RIO DE SIBERIA
ARTICULO EN PLURAL
VERDADERO
PALO DEL BUQUE
PATRONO
RADIO
PIEZA DE ARTILLERIA
ACUDIR
...VICTORIA ...MOLINA
INTERJECC. DE ANIMO
VOCALES FUERTES
MOLECULA GRAMO
A NIVEL
ORILLA ADORNADA

LA ÚLTIMA

MANAGUA. La isla Iguana, lugar paradisíaco en la costa de Nicaragua, está a la venta por 475 mil dólares. Tiene 20 mil metros cuadrados y cuenta con una casa principal con tres dormitorios.



La Policía se lleva presa a una gatita

BANGKOK. En redes sociales se volvió viral la historia de una pequeña gatita que fue detenida en esta ciudad de Tailandia, por morder a varios policías. La gatita permaneció bajo vigilancia hasta que su dueño fue por ella. Sucedió el 9 de mayo, cuando una gatita fue encontrada sola deambulando por las calles de Bangkok. Algunas personas, preocupadas por su bienestar, decidieron llevarla con la Policía para que la cuidaran. Pero la pequeña estaba tan alterada que, al llegar a la comisaría, no dudó en morder y arañar a varios oficiales.

Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe 2818677 936098953
@perezalbela

Cochayuyo: joya marina del Perú

En las costas del Perú, crece un tesoro nutricional y biológico aún poco valorado: el cochayuyo, nombre local para ciertas especies de algas rojas foliosas pertenecientes a los géneros Porphyra y Pyropia, integrantes de la familia Bangiaceae.

Estas algas, que forman parte de la dieta tradicional en diversas culturas costeras, fueron objeto de nuevos estudios moleculares por parte de científicos de la Universidad Agraria La Molina, el Instituto del Mar del Perú (IMARPE) y la Universidad Católica de la Santísima Concepción (Chile). Los resultados revelan una notable diversidad genética dentro de estos géneros, especialmente Pyropia, que agrupa 74 especies aceptadas, seguido de Porphyra, con 58 especies reconocidas a nivel mundial. Aunque su morfología es simple, lo que dificulta su identificación visual, los análisis de ADN permitieron establecer criterios más precisos para su clasificación.

Nutrición marina en cada hoja:

Más allá de su interés científico, el cochayuyo destaca por sus valores nutricionales excepcionales. Es una fuente vegetal rica en:

-Vitaminas: C, A y K.
-Minerales esenciales: hierro, calcio, yodo.
-Antioxidantes naturales.
-Ácidos grasos omega-3, fundamentales para la salud cardiovascular, el sistema nervioso y el funcionamiento cerebral.

Porphyra, en particular, fue comparada nutricionalmente con superalimentos como la espirulina o la chlorella, por su densidad de micronutrientes y su fácil digestión.

Un recurso sostenible y ancestral:

El cochayuyo no solo es nutritivo: es un alimento ancestral, ecológico y local. Su revalorización puede apoyar la seguridad alimentaria, la salud preventiva y la conservación de ecosistemas marinos, promoviendo prácticas sostenibles de recolección y consumo. Incluir algas como la Porphyra en nuestra dieta es una forma inteligente de nutrirnos y reconectar con los recursos del mar.